

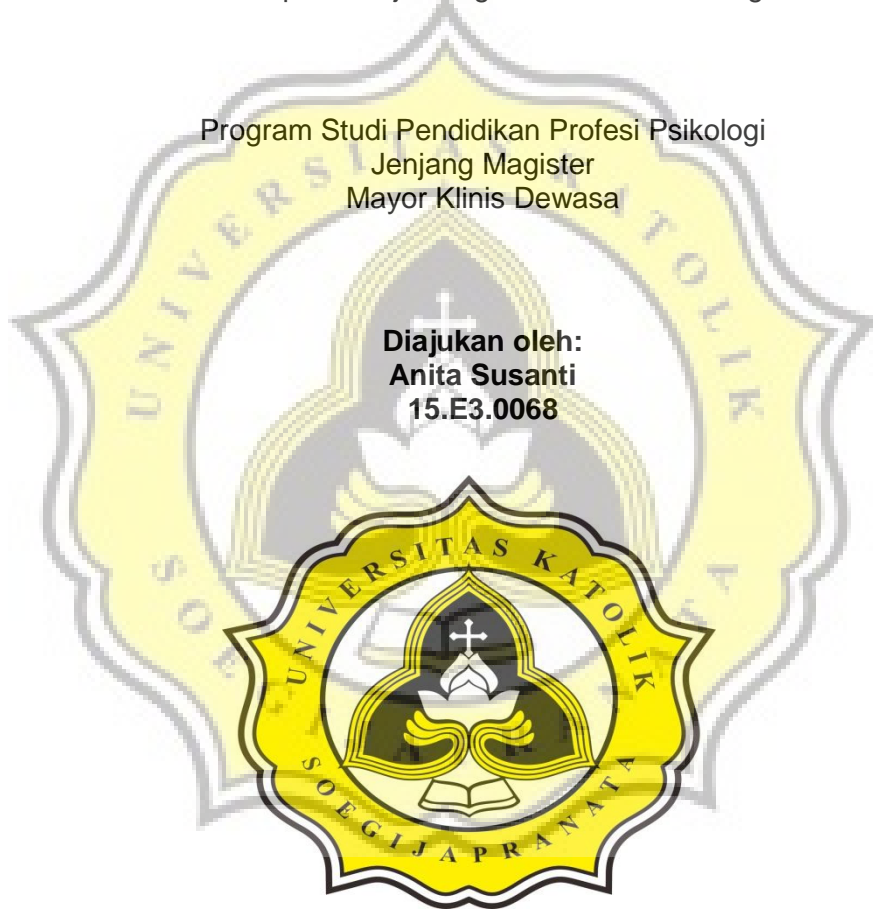
**DINAMIKA GANGGUAN AFEKTIF MUSIMAN PADA
WANITA DEWASA MUDA**

TESIS

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Magister Profesi Psikologi

Program Studi Pendidikan Profesi Psikologi
Jenjang Magister
Mayor Klinis Dewasa

Diajukan oleh:
Anita Susanti
15.E3.0068



**PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI PSIKOLOGI
JENJANG MAGISTER
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2018**

HALAMAN PENGESAHAN

DINAMIKA GANGGUAN AFEKTIF MUSIMAN PADA
WANITA DEWASA MUDA

Anita Susanti
15.E3.0068

Tesis ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh
gelar Magister Profesi Psikologi pada tanggal
16 Oktober 2018

Ketua Program,

(Dr. Endang Widyorini, MS, Psikolog)

Dewan Penguji:

Tanda Tangan

1. Dra. Prahesti Enany, M.Si, Psikolog

2. Erna Agustina, S.Psi, M.Si, Psikolog

3. Esti Rahayu, S.Psi, M.Si, Psikolog

HALAMAN PERSETUJUAN

**DINAMIKA GANGGUAN AFEKTIF MUSIMAN
PADA WANITA DEWASA MUDA**

Anita Susanti
15.E3.0068

Tesis ini telah disetujui sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh
gelar Magister Profesi Psikologi

Semarang, 16 Oktober 2018
Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I

Dr. Y. Bagus Wismanto, MS, Psikolog

Dosen Pembimbing II

Drs. George Hardjanta, M.Si, Psikolog

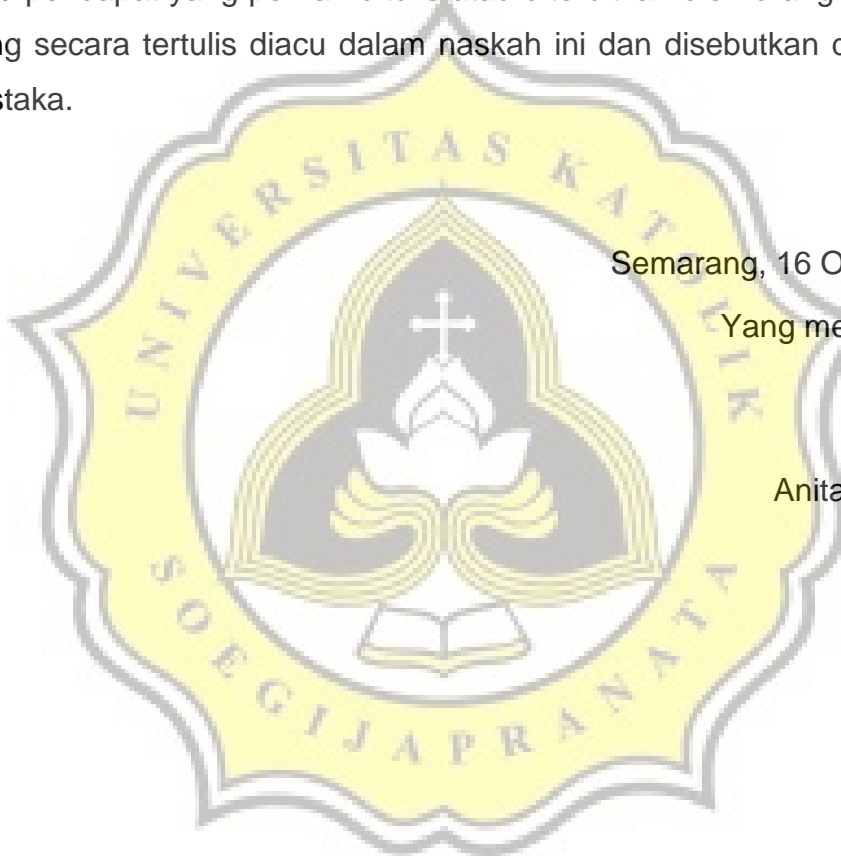
PERNYATAAN

Saya dengan ini menyatakan bahwa dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 16 Oktober 2018

Yang menyatakan,

Anita Susanti



DINAMIKA GANGGUAN AFEKTIF MUSIMAN PADA WANITA DEWASA MUDA

Anita Susanti

Program Pendidikan Profesi Psikologi Jenjang Magister
Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dinamika dari gangguan afektif musiman pada wanita dewasa muda. Subjek penelitian adalah seorang wanita dewasa muda dengan gangguan afektif musiman. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode pengumpulan data terdiri dari wawancara, observasi, serta pengukuran menggunakan SPAQ dan BDI-II. Metode analisis data dalam bentuk matriks oleh Miles & Hubberman yang terdiri dari tiga alur kegiatan secara bersamaan: reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian ini menunjukkan: 1). Struktur kepribadian wanita dewasa muda tidak harmonis dengan ego yang lemah sehingga super ego lebih mendominasi; 2). Banyak konflik serta trauma yang tidak terselesaikan sehingga menghambat terjadinya *discharge* untuk kembali pada posisi *equilibrium*; 3). Penggunaan mekanisme pertahanan diri yang tidak matang (represi, isolasi dan fantasi); 4). Penyebab multifaktorial pada depresi wanita dewasa muda seperti adanya riwayat depresi pada saudara kandung, kepribadian yang cenderung depresif, serta tekanan sosial berupa konflik dan peristiwa traumatis; 5). Munculnya episode rekuren setiap musim hujan dengan ditandai adanya *atypical symptoms* (kesedihan sepanjang hari, kelelahan, *craving carbohydrate*, hipersomnia, dan isolasi sosial); 6). Peristiwa traumatis masa lalu tentang musim hujan terkait dengan episode rekuren *Seasonal Affective Disorder* yang muncul saat musim hujan; 7). Hasil BDI-II menunjukkan penurunan skor yang berarti juga menurunnya taraf keparahan depresi yang dialami seiring dengan bergantinya musim hujan ke musim panas.

Kata kunci : gangguan afektif musiman, wanita dewasa muda.

DYNAMICS SEASONAL AFFECTIVE DISORDER IN YOUNG ADULT WOMEN

Anita Susanti

*Psychology Professional Education Program Master's Degree
Faculty of Psychology
Soegijapranata Catholic University Semarang*

Abstract

The aim of this study was to determine the dynamics of seasonal affective disorders in young adult women. The subject was a young adult women with seasonal affective disorder. The research method was qualitative with approach case studies. The data collection methods are interviews, observation and measurement using SPAQ and BDI-II. The data analysis method was matrix by Miles & Hubberman consisting of three stages of simultaneous activities, they were: data reduction, data presentation, and conclusion. The results of this study indicate: 1). The personality structure of young adult women is not harmonious with a weak ego so that super ego dominates; 2). Many conflicts and unresolved trauma that prevent the discharge return to equilibrium; 3). The use of immature self defense mechanisms (repression, isolation and fantasy; 4). Multifactorial causes of depression in young adult women such as a history of depression in siblings, depressive personality tendencies and social pressures in the form of conflicts and traumatic events; 5). Recurrent of episodes every rainy season characterized by atypical symptoms (day-long sadness, fatigue, craving carbohydrate, hypersomnia and social isolation; 6). Past traumatic events about the rainy season are related to recurrent episodes of Seasonal Affective Disorder that appear during the rainy season; 7). The results of BDI-II showed a decrease in score which also means a decrease in the severity of depression experienced along with the change of the rainy season to summer.

Keywords: *seasonal affective disorder, young adult women*

MOTO

“Call upon me, I will respond to you”

– Surah Ghafir 40:60 –

“Life was like a box of chocolates. You never know what you’re gonna get”

-Forrest Gump-

“Raise your words, not voice. It is rain that grows flowers, not thunder.” – Rumi -

PERSEMBAHAN

Peneliti persembahkan sebuah karya sederhana ini untuk Bapak, ibu, sahabatku tercinta yang sudah pergi lebih dulu, serta my “bae” yang senantiasa memberikan doa, dukungan dan semangat untuk menyelesaikan tulisan ini.



KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobbil'alamin, puji syukur kepada Allah SWT atas rahmat dan karuniaNya, peneliti dapat menyelesaikan tesis yang berjudul "Dinamika Gangguan Afektif Musiman Pada Wanita Dewasa Muda". terselesaikannya tesis ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, dan oleh sebab itu peneliti menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Endang Widyorini, MS, Psikolog selaku ketua Program Magister Profesi Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Bapak Dr. Y. Bagus Wismanto, MS, Psikolog selaku dosen pembimbing pertama yang membimbing serta memberi arahan selama proses penulisan tesis sampai selesai.
3. Bapak Drs. George Hardjanto, M.Si, Psikolog selaku dosen pembimbing kedua yang senantiasa membimbing serta memberikan arahan selama penyusunan tesis sampai selesai.
4. Ibu Dra. Praharesti Eriany, M.Si, Psikolog, Ibu Erna Agustina Yudiati, S.Psi, M.Si, Psikolog dan Ibu Esti Rahayu, S.Psi, M.Si, Psikolog selaku dosen penguji yang telah memberikan saran dan kritik sehingga tesis ini dapat terselesaikan dengan lebih baik.

5. Informan penelitian saudara “A”, yang bersedia menjadi narasumber utama dalam penelitian ini dan meluangkan waktu untuk mengikuti proses penelitian sampai selesai.
6. Karyawan TU Magister Profesi Psikologi yang telah membantu peneliti dalam urusan administratif untuk proses penelitian.
7. Kedua orangtuaku, adikku, Sha dan Anjar yang selalu memberikan doa dan dukungan baik moril maupun materil. Terima kasih untuk selalu mendukungku.
8. Teman-teman Magister Profesi Klinis Dewasa angkatan 2015 yang saling memberikan dukungan. Selalu semangat dan terus berjuang sampai akhir teman-teman.

Peneliti menyadari bahwa tesis ini masih memiliki banyak kekurangan. Peneliti mengharap saran dan kritik demi terwujudnya kesempurnaan tesis ini. Semoga tesis ini bermanfaat bagi pembaca. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih sekali lagi kepada semua pihak yang telah mendukung dan semoga kita selalu dalam lindungan-Nya.

Semarang, Oktober 2018

Peneliti

Anita Susanti

DAFTAR ISI

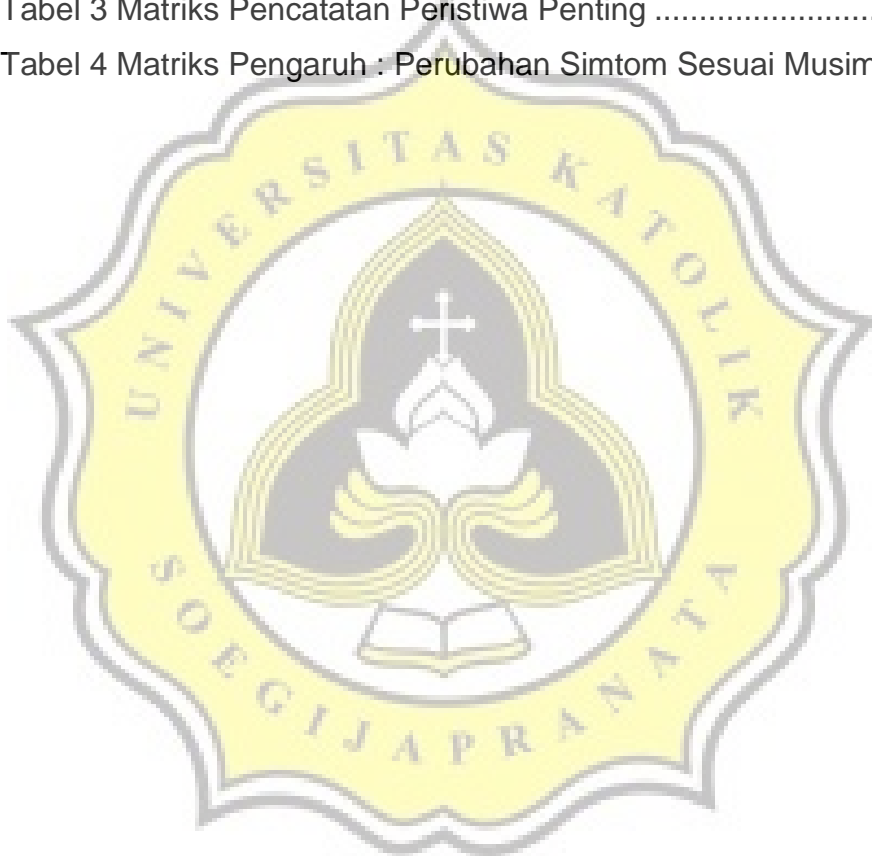
	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
HALAMAN MOTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR SKEMA.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR GRAFIK.....	xvii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Permasalahan	1
B. Rumusan Masalah	13
C. Tujuan Penelitian	13
D. Manfaat Penelitian	13
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	14
A. Gangguan Afektif Musiman (<i>Seasonal Affective Disorder</i>).....	14
1. Pengertian	14

2. Spesifikasi <i>Seasonal Affective Disorder</i>	15
3. <i>Atypical Vegetative Symtoms</i>	18
4. Penyebab <i>Seasonal Affective Disorder</i>	20
B. Wanita Dewasa Muda	25
1. Pengertian.....	25
2. Depresi Pada Dewasa Muda.....	27
C. Pendekatan Teori Psikoanalisa	31
1. Struktur Kepribadian	32
2. Anxiety: Trauma dan Konflik	34
3. Mekanisme <i>Pertahanan (Defence Mechanism)</i>	38
4. Perspektif Psikoanalisa Pada Depresi	41
D. Dinamika Depresi Pada Wanita Dewasa Muda dengan Gangguan Afektif Musiman.....	42
BAB III. METODE PENELITIAN.....	46
A. Metode Penelitian Kualitatif	46
B. Subjek Penelitian	47
C. Teknik Pengumpulan Data	48
1. Wawancara	48
2. Observasi.....	50
D. Pengukuran	51
1. <i>The Beck Depression Inventory (BDI)</i>	51
2. <i>Seasonal Pattern Aessment Questionnaire</i>	53
3. Diagnosis Psikolog.....	54
E. Keterandalan Data	54
1. Ketekunan Pengamat	54
2. Perpanjangan Keikutsertaan	55
3. Triangulasi.....	55
4. Diskusi Teman Sejawat.....	56
F. Analisis Data	56
1. Analisis Sebelum di Lapangan	57
2. Analisis Selama di Lapangan Model Miles dan Hubberman....	58

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	62
A. Setting Penelitian	62
B. Hasil Penelitian	63
1. Profil Informan	63
2. Hasil Wawancara.....	64
3. Hasil Observasi.....	90
4. Hasil Pengukuran.....	94
C. Deskripsi Hasil Analisis Data.....	97
1. Penyajian Pola dan Tema	97
2. Penyajian Matriks.....	99
3. Dinamika Psikologis	105
D. Pembahasan	110
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	120
A. Kesimpulan	120
B. Saran	121
DAFTAR PUSTAKA.....	123
LAMPIRAN	
1. <i>Informed Consent</i>	132
2. <i>Seasonal Pattern Assessment Questionnaire (SPAQ)</i>	133
3. Skala BDI-II	134
4. Analisis Transkrip Wawancara	135

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Pola Pembentuk dan Tema	98
Tabel 2 Matriks Waktu Tertata : Perubahan Simtom Depresi dengan Gangguan Afektif Musiman	99
Tabel 3 Matriks Pencatatan Peristiwa Penting	102
Tabel 4 Matriks Pengaruh : Perubahan Simtom Sesuai Musim	103



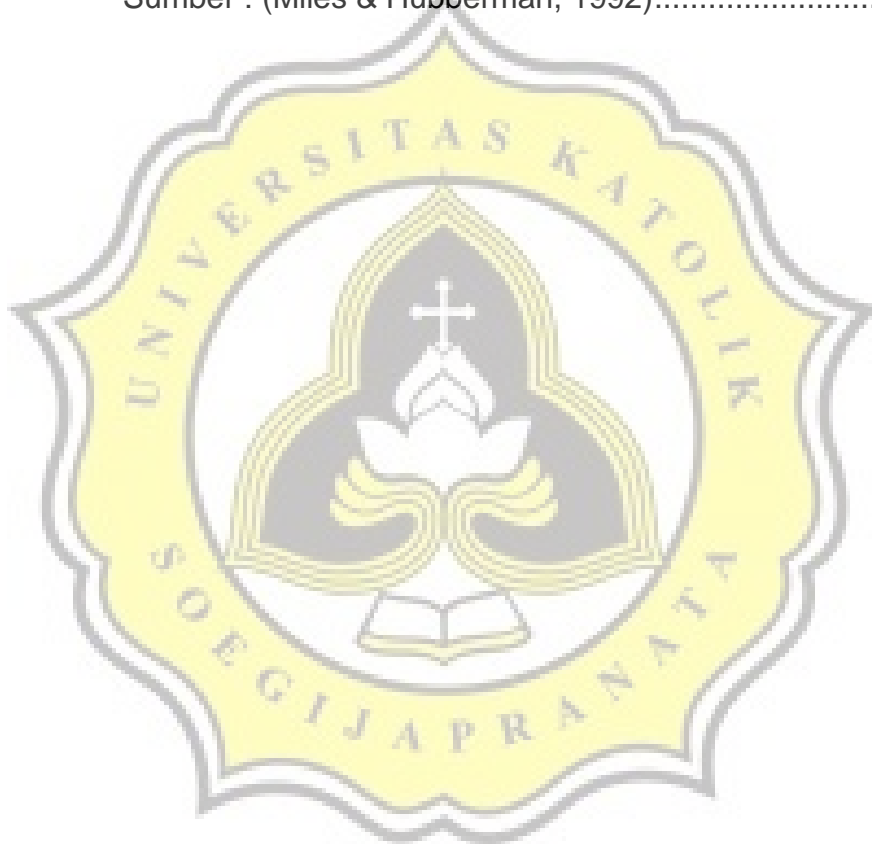
DAFTAR SKEMA

Skema 1 Gerakan Meninggalkan dan Menuju Equilibrium yang Memunculkan Kecemasan dan Kegembiraa. Sumber : (Arif, 2006)	35
Skema 2 Skema Alur Pikir Dinamika Gangguan Afektif Musiman Pada Wanita Dewasa Muda	45
Skema 3 Skema Interpretasi Dinamika Gangguan Afektif Musiman Pada Wanita Dewasa Muda.....	109



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Komponen-komponen Analisis Data : Model Air. Sumber : (Miles & Hubberman, 1992)	58
Gambar 2 Komponen-komponen Analisis Data: Model Interaktif. Sumber : (Miles & Hubberman, 1992).....	59



DAFTAR GRAFIK

Grafik 1 Skala BDI	96
--------------------------	----

